

7º Trail “Entre os Moinhos do Guadiana”

11 outubro 2026, Quintos-Beja

**Organização: Secção de Btt / Trail Moinhos do Guadiana da Casa
do Povo da Salvada**



Prólogo

Quintos é uma aldeia histórica situada no Baixo Alentejo, concelho de Beja. Esta pequena aldeia tem como principal cartão-de-visita o Rio Guadiana, era a grande auto-estrada da antiguidade que levava gentes, bens e culturas, ora rio abaixo, ora rio acima. A força das suas águas foi sempre utilizada como energia de elevado rendimento para a moagem de cereais e tratamento de tecidos, nas inúmeras azenhas e pisões que povoam as suas margens. Sendo este o sétimo Trail realizado nesta aldeia queremos expressar alguns dos nossos principais objetivos com a organização deste evento. Assim quer a organização dar a conhecer a povoação a quem não a conhece, trazer de volta, nem que seja por algumas horas, dinâmica a esta aldeia, “oferecer” um dia diferente de confraternização aos residentes e por último proporcionar a quem nos visita, uma manhã repleta de aventura e convívio por caminhos rurais, moinhos e trilhos da nossa histórica aldeia.

Artigo 1º

Objeto

O presente regulamento tem como objetivo definir as regras de participação no evento desportivo, 7º Trail Entre os Moinhos do Guadiana, Quintos- Beja

Artigo 2º

Âmbito de Aplicação

O evento desportivo, 7º Trail Entre os Moinhos do Guadiana é promovido e organizado pela Secção de Btt / Trail Moinhos do Guadiana da Casa do Povo da Salvada, com o apoio da Camara Municipal de Beja e União de Freguesias de Salvada e Quintos e destina-se a todos os cidadãos que cumpram o disposto no presente regulamento.

O **Trail Sprint** fará parte do Calendário da Taça Alentejo, assim como do Circuito de Trail do Baixo Alentejo.

Artigo 3º

Condições de participação

1 – As idades de participação são as que estão no Regulamento Geral de Competições da FPA.

a) Prova de Mini- Trail serão admitidos atletas a partir dos sub16 e Sub18;

b) – Trail Sprint - serão admitidos atletas a partir dos Sub20;

c) – Trail – serão admitidos atletas a partir sub23;

e) Trail Kids – serão admitidos por escalões

f) – Caminhada – sem limite de idade, sendo que os menores de idade deveram fazer-se acompanhar por um responsável maior de idade.

Artigo 4º

Inscrição

1 - As inscrições devem ser efetuadas, no site www.acorrer.pt

2 - O período de inscrições termina de acordo com prazo indicado no site www.acorrer.pt

3 - A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite. Não será necessário o envio de comprovativo de pagamento.

4 - Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite poderão não ser consideradas. Cabe à organização avaliar a possibilidade de as adicionar e decidir em função das vagas, prazos e condições.

5 - As inscrições são pessoais e intransmissíveis.

6 – Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados para o email bttssalvada@gmail.com ou tlm. 963 413 550 / 961 623 688 / 96 4 844 443

7 - A presente atividade desportiva está aberta a pessoas filiadas numa federação ou não, em representação individual ou coletiva (Clubes, Escolas, Associações Desportivas, Empresas).

Artigo 5º

Valores e períodos de inscrição

1 - As inscrições devem ser concretizadas (com pagamento efetuado) até 6 de outubro de 2026 até às 23:59h:

Trail (32kms) 15.00 €

Trail Sprint (18kms) 13.00 €

Caminhada / Mini trail (10Kms) 10.00 €

Trail Kids – gratuito com obrigatoriedade de inscrição, no site www.acorrer.pt

Artigo 6º

Limite de inscrições

1- O evento está limitado a 500 inscrições.

Artigo 7º

Devolução do valor de inscrição

1 - Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização.

Artigo 8º

Serviços / Material Fornecido

1 - A participação no evento desportivo inclui:

- Pequeno-almoço;
- Dorsal (Trails);
- Brindes;
- **T-shirt técnica do evento opcional;**
- Controlos de chegadas e tempos (Trails);
- Prémio por Escalão Etário;

- Seguro;
- Abastecimentos (líquidos/sólidos);
- Duches;
- Lanche volante; (caldo verde, bifanas)
- Animação.

Artigo 9º

Condições físicas

1 - Todos os participantes no evento, em qualquer uma das provas, devem estar cientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e de uma preparação física e psíquica apta a esforços longos devendo estar preparados para terrenos acidentados, com riscos e condições atmosféricas adversas.

Artigo 10º

Ajuda externa

1 - Não será permitida a ajuda de pessoas alheias à organização, exceto em situações de emergência.

Artigo 11º

Dorsal

1 - A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar sempre bem visível.

2 - O participante é responsável pela integridade do dorsal.

3 – Os meios de fixação do dorsal serão da responsabilidade do atleta.

Artigo 12º

Regras de conduta desportiva

1 - Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumindo a organização e os concorrentes, pelo facto de aceitarem este regulamento ao inscreverem-se, aquilo que é o património cultural deste desporto: entreaajuda, respeito pelo desafio, pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores.

2 - O comportamento inadequado e antidesportivo, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência, desqualificação ou expulsão.

3 – Será desqualificado qualquer atleta que durante a realização da prova altere o percurso para o qual se inscreveu.

Artigo 13º

1 - Todos os atletas serão responsáveis pelo transporte de todo o seu “lixo” durante a prova, depositando esses resíduos no abastecimento mais próximo ou levando-os consigo até à meta.

Artigo 14º

Prova

1 - O evento desportivo 7º Trail da Entre os Moinhos do Guadiana integram as seguintes distâncias:

- a) – Trail – 32 Kms
- b) – Trail Sprint – 18 Kms
- c) – Caminhada / Mini trail 10 Kms, sem vertente competitiva.
- d) – Trail Kids – conforme os escalões etários.

2 - Os percursos da 7ª Edição do “Trail Entre os Moinhos do Guadiana” -Quintos / Beja, são maioritariamente compostos por trilhos, junto as margens do rio Guadiana e passagens pelos antigos moinhos do Guadiana. A organização estará presente na maior parte dos cruzamentos e estradas de modo a assegurar a paragem do trânsito aquando a passagem dos atletas. A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento. É imperativo seguir os caminhos sinalizados sem tomar atalhos. Os participantes, se deixarem de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, deverão voltar para trás até encontrar novamente a respetiva sinalização. O bom senso deverá imperar durante a prova.

3 - Todas as distâncias evitam estradas alcatroadas, à exceção da estrada de entrada/saída de Quintos, por onde passam as provas.

4 - A caminhada desenvolve-se numa zona próxima da aldeia de Quintos e segue em direção ao Rio Guadiana e conta com caminhos e trilhos de alguma dificuldade.

5 - As marcações principais dos percursos são efetuadas com fita sinalizadora, placas informativas spray e algumas marcações no solo.

6-A marcação do mini-trail/caminhada, trail Sprint e longo serão feitos com fita, placas e marcações de cal no chão

Artigo 15º

Mapa e Perfil Altimétrico

A disponibilizar em; <https://www.facebook.com/seccaobtt.salvada.7>

Artigo 16º

Tempo limite

1 - As distâncias de Trail Sprint e Trail Longo têm tempo limite para a sua conclusão, sendo que:

a) **O Trail Sprint** - terá um tempo limite de 4h15 horas, ou seja, às 13:30h na linha da meta.

b) **O Trail** - terá um tempo limite de 6 horas, ou seja, às 14:30h na linha da meta.

Artigo 17º

Programa

Sábado, 10 de outubro de 2026

16:00h - Abertura do secretariado (Polidesportivo Quintos - Beja) para levantamento do dorsal;

18:30h - Encerramento do Secretariado.

Domingo, 11 de outubro de 2026

07:00h - Abertura do secretariado (Polidesportivo Quintos - Beja) para levantamento do dorsal;

08:45 - Encerramento do Secretariado

08:20 - Briefing para o Trail Longo

08:30 – Partida do Trail Longo

08:50 - Briefing para o Trail Sprint

09:00 – Partida do Trail Sprint

09:20 - Briefing para a Caminhada / Mini Trail

09:30 - Partida para a Caminhada / Mini trail

10:00 – Partida do trail de SUB10; SUB12; SUB14

13:30 – Hora limite de chegada do Trail Sprint

14:30 - Hora limite de chegada Trail

12:30 - Entrega de Prémios Mini Trail / trail Kids

13:30 – Entrega dos Prémios Trail Sprint

14:00 – Entrega de Prémios Trail Longo

O horário pode ser alterado em função de imprevistos ou das chegadas dos atletas.

Artigo 18º

Postos de controlo

1 - Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização. Não controlar um ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante. Os abandonos devem ser feitos única e exclusivamente nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização. O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, será fornecido ao participante no **Dorsal**.

2 – O Controlo dos tempos será realizado pela Associação de Atletismo de Beja e membros da Direção do Btt Salvada / Trail Moinhos do Guadiana da Casa do Povo da Salvada.

Artigo 19º

Abastecimentos

1 - Ao longo das provas será fornecido abastecimento composto por sólidos e líquidos:

- a) Caminhada / Mini Trail – 1 posto de abastecimento (ZA);
- b) Trail Sprint – 2 postos de abastecimento (ZA);
- c) Trail – 3 postos de abastecimento (ZA);

A localização dos postos de abastecimento será disponibilizada em:

<https://www.facebook.com/seccaobtt.salvada.7>

2 - Existirá um posto de abastecimento complementar na zona de meta com sólidos e líquidos.

3 - Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi-Auto-suficiência com enchimento de recipientes, **não serão distribuídas garrafas de água** aos atletas, os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local.

Artigo 20º

Prémios

1 – Mini Trail, prémios simbólicos para os 3 Primeiros Classificados da Geral, Masculino e Feminino.

2 - Prémios dos Trail e Trail Sprint;

- a) - Prémios Simbólicos para os três primeiros classificados por escalão etário masculino e feminino;
- b) Prémios por escalões para os jovens atletas (Trail Kids)

b) - Prémio Finish para todos os participantes que terminarem a prova.

c) - Prémio para equipa mais numerosa.

Artigo 21º

Categorias etárias Faixa etária Masculino Feminino, idade a 30 de setembro de 2026.

SUB10 (nascidos em 2017;2018;2019;2020)

10 -11 anos Sub12 M/F (2015;2016)

12 – 13 anos Sub14 M/F (2013;2014)

14 – 15 anos SUB16 M/F (2011;2012)

16 -17 anos Sub18 M/F (2013;2014)

18 – 19 anos Sub20 M/F

20 – 22 anos M Sub23 F Sub23

23 - 34 anos M Seniores F Seniores

35 – 39 anos M35 F35

40 - 44 anos M40 F40

45 – 49 anos M45 F45

50 - 54 anos M50 F50

55 – 59 anos M55 F55

60 – 64 anos M60 F60

65 – 70 anos M65

Mais de 70 anos M70 F70

Artigo 22º

Seguro desportivo

1 - Todos os participantes no evento beneficiarão de um seguro desportivo, da responsabilidade da organização.

2 - As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais são as do seguro desportivo obrigatório em vigor, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, aplicável a todos os participantes, federados ou não.

Artigo 23º

Material obrigatório

1 - A organização alerta para o material obrigatório para o Trail Sprint e Trail: Telemóvel, manta térmica e Garrafa/depósito para transporte de líquidos no mínimo de 500 ml Porta-resíduos, integrado ou não na mochila e Boné.

Artigo 24º

Penalizações / desclassificações

1 - O não cumprimento do disposto no presente regulamento poderá levar à penalização dos participantes e em casos limite à sua desqualificação.

2 - As penalizações serão decididas pela equipa técnica da prova em função da gravidade da transgressão.

Artigo 25º

Responsabilidades perante o participante

1 - A inscrição na prova implica a total aceitação do presente regulamento

2 - Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros.

3 - A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente ou negligência por parte do participante ou roubo de objetos e/ou valores pertencentes a cada participante.

3 - Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso. A direção da prova pode suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova por motivos de segurança ou de força maior, para além do seu controlo (clima extremo, incêndios, outros)

Artigo 26º

Banhos

1 - No final de cada prova será disponibilizado banhos aos atletas. As atletas do sexo feminino serão disponibilizadas os balneários do polidesportivo de Quintos.

2 - Os atletas do sexo Masculino serão disponibilizados os balneários do Campo de Futebol de Quintos.

Artigo 27º

Direitos de Imagem

1 - O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens/registos fotográficos que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução e utilização para fins promocionais das entidades promotoras.

Artigo 28º

Alterações

A organização reserva o direito a realizar as modificações que considere necessárias para melhorar as provas ou sob influência das condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão do mesmo se não existirem condições que permitam a realização prevista ou a sua segurança.

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização.

Artigo 29º

Dormir

1 - Para todos aqueles que desejem conhecer a beleza da União de Freguesias de Salvada e Quintos, visitar a nossas freguesias e aqui desejem ficar de 10 para 11 de Outubro, existe a possibilidade de pernoitarem na Sociedade Recreativa e Cultural de Quintos. Para isso têm que informar a organização dessa intenção até à quinta- feira anterior à prova (08/10/25). Contactos- e-mail - btt salvada@gmail.com ou 963 413 550 / 961623688

A Direção do Btt / Trail Moinhos do Guadiana da Casa do Povo da Salvada

/Nelson Gatinho da Cruz/

Fotos do percurso do VII Trail “Entre os Moinhos do Guadiana”



